# 2024年泸沽湖导游词三分钟(精选13篇)

作者：山水画廊 更新时间：2024-04-01

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。泸沽湖导游词三分钟篇一泸沽湖位于宁*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**泸沽湖导游词三分钟篇一**

泸沽湖位于宁蒗县与四川省盐源县交界的地方，面积约50多平方公里，在泸沽湖畔居住着一个古老的民族——摩梭人。严格来讲，摩梭人不是一个独立的民族，它应当属于纳西族的支系，可是偏僻的生活环境使他们在经济生活和文化生活都逐渐形成某些不同于纳西族的特点，因而，人们便习惯地称他们为摩梭人，作为一个单独的民族来看待。在经济生活上，他们早出晚归，男女共同劳动，自给自足;在文化生活上，他们除了自己本民族的原始宗教达巴教的信仰之外，还不断接受外来文化的洗礼，喇嘛教的接受就是一个明显的例子。除此之外，更让人注意的是他们的婚姻——阿夏走婚制。我想，大家一定会对女儿国的走婚制感兴趣，今天我就会大家详细介绍一下。

泸沽湖

首先我们还是先来欣赏美景，现在您的前方那片蓝色的湖泊就是泸沽湖，可能在您看来那里只不过是一块“水库”大小的地方，可是生活在这里的2万余人的摩梭人就是靠这里的水繁衍生息的，大家看，在泸沽湖畔有一个村子，那里便是摩梭人的家——落水村，因为“泸沽湖”一词在摩梭语中意为“落水”因此得名。

川格姆女神山

在大家的前方有一座山，山的形态似一位躺在湖中的温柔女子，这座山名叫川格姆女神山，当地人视为神仙，关于这座山还有一个美丽的传说。

情人桥

各位游客，现在在你们面前可以看到的一坐木制的桥，横跨草海的两岸，这个桥有个十分浪漫的名字叫情人桥。据说，在这个桥修建之前草海两岸的年轻男女要走婚是非常困难的，由于相隔有草海，草海里面的草常常会把来往的船给给缠上，所以坐船到对岸是相当不方便的，为了让两岸的男女不再受相思之苦，便有了我们现在的这个情人桥了。

阿夏走婚制

说到情人桥，就不能不提到我们泸沽湖所特有的婚姻习俗了，即阿夏走婚制。阿夏走婚即“男不娶、女不嫁”的婚姻，也就是婚后仍各自居住母亲家，晚上男方去女方家过夜，早上便回到自己母亲家，所生子女一律由女方抚养。由于这种婚姻是以男方的“走”来实现的，所以俗称“走婚”，但这绝不是儿戏式的婚姻，首先要以双方的感情为基础，走婚前，男方还要托媒人带礼品去女方家说亲，征得女方家老祖母的同意，方可走婚。

这种婚姻与现代都市婚姻不同，它不受金钱及各种社会关系的限制，只要相爱就可以结合，这是一种让年轻人自由放飞情感的婚姻。双方所生的子女属于女方，采用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养的责任。而且一个男子或一个女子的“阿注”数目可以是一个也可以是多个，男女双方的“阿注”关系也不是固定不变的。但是和我们有点相同的是：男女之间在选择上也要避开家庭中母系血缘的关系。在结交阿注的过程中，女方的意愿会受到最大限度的尊重，一般都是以女方的爱憎为取舍的。

“阿注”婚的建立是很自由的，那么要解除这种关系也比较方便。经过一段时间的相处，双方如果觉得不合，感情淡漠或破裂，任何一方要结束这种关系也很简单，一般情况是：假若男女不愿维持“阿注”的关系，只要给女方说一句“我以后不来了”就行了;或者长期不走访女方，婚约自动解除。如果是女方不愿意，就可当面告诉男方“你不要来了”，或者在男方走访时，面带难色或拒绝进入花房男方自讨没趣，就该理智的退出。

这就是摩梭族神秘的走婚制。很多人不理解为什么这种婚姻方式可以一直存在，这个疑问一直到现在也都是未解之谜，我只能说，存在的即是合理的，这种婚姻制度的维持必定适应着摩梭族的发展。好了，关于泸沽湖我就为大家介绍这么多，接下来，大家可以参观一下这里的喇嘛教。

**泸沽湖导游词三分钟篇二**

早上，我和妈妈一起乘车到泸沽湖去玩。

到了泸沽湖，天已经暗沉沉的了。于是，我和妈妈找了家酒店住了下来。来到房间，我看了看四周的房屋，都是用木头做的，奇怪极了!晚上，我和妈妈来到酒店的院子里参加晚会。那些摩梭人热情地邀请我们跑锅庄舞，整整一个小时，我们都是在欢乐的海洋里渡过的。

第二天，我早早地起床，等待着坐小船去看泸沽湖的景色。吃了早饭，妈妈带我一起找了一艘小船，就上路了。

泸沽湖的山，看起来像仙境一样，非常漂亮!泸沽湖的水，清辙见底，可以直接饮用，装在花瓶里的水还可以大半年不坏呢!最有趣的算是湖鸥了，只要一扔面包渣，成群接队的湖鸥就飞过来抢面包渣。有时候面包渣还没有落到湖里，就被一群群湖鸥吃掉了。

到了云南，我们在那录了一些短片，有一个最有意思：一大群野鸭在湖面上游来游去，我又和那些可爱的野鸭合了一张影。录完影，照了相，我和妈妈又来到商店里购物，那里的商品千奇百怪、各种各样、美丽极了!购了物，我们到一户人家家里去吃午饭，吃完午饭，我们就离开了泸沽湖。

美丽的泸沽湖，我还会再来的!

**泸沽湖导游词三分钟篇三**

女士们、先生们:

我们现在踏上了游览泸沽湖的漫漫旅途，这次旅行，大家都为了亲历一番今世难找的\"女儿国\"风情，一睹那深藏在山乡水国的母系社会。但是，由于旅游的时间有限，大家都不可能长住下来详细了解。而且，出于对当地摩梭人的尊重，也不能贸然去提问人家的独特习俗。尤其是我们有些人听到的是一些并不准确的情况，比如走婚是不是乱婚?男人有劳力为什么没有地位?儿女都不知道父亲是谁吗?这一类的怪问题，我相信大家到摩梭人家中作客，初次见面也不可能就这样不礼貌的提问。因此，我想利用行车途中的时间，为大家作一个简要的介绍，以便大家到了那里通过仔细的观察和体会，获得实在的解答。

泸沽湖位于四川省盐源县的左所和云南省宁蒗彝族自治县的永宁交界的群山之中，是一座非常美丽的高山湖泊。湖区居民主要是摩梭人。过去有一种说法，认为他们是纳西族的一支，另有一种说法，说他们是蒙古族，但是摩梭人则认为自己就是摩梭族。摩梭人世世代代就住在这群山阻隔的泸沽湖畔，以农耕和渔猎为主要生存手段，以母系社会的婚姻家庭繁衍生息，和平友爱，与世无争，过着简朴安宁的\"世外桃源\"式的生活。

旅游业发展以来，这个有\"东方女儿国\"之称的泸沽湖声名远播，探访、旅游的人们接踵而来，泸沽湖秀丽的原始美景，摩梭人纯朴友爱的习俗，总是令这些饱经现代文明薰陶的游客们羡慕不已。

现在，请听我介绍摩梭人的独特风俗。

母系家庭

母亲之神，是摩梭人崇拜的诸神中最崇高、最伟大的神。

母亲，是摩梭人生活中的轴心和靠山。摩梭人离不开母亲，离不开以母亲为户主的家庭，而且在家庭中以母为尊，以女为贵。泸沽湖的大多数摩梭人家庭，是以女性为中心的母系大家庭。

在母系家庭中，男不娶、女不嫁。夜间，女在家中接待来自另一家庭的男阿肖;而男则外出与另一家庭的女阿肖偶居。所生子女，皆属女方，血缘按母系算，财产按母系继承。

家庭中由一个最能干、公正而且有威望的妇女安排生产、生活、保管财产，摩梭语称这人为\"依杜达布\"或简称\"达布\"。家庭成员都绝对服从达布的安排。而\"达布\"往往是自然产生的，不需经过任何选举和仪式。

摩梭人的母系家庭成员，如果是一女单传，自不必说。如果是几个姐妹的家庭，她们的子女按我们的说法是姨表兄弟姐妹，在他们均视如一母所出，不分彼此。家庭成员十分团结和睦，视 \"攒私房钱\"、闹分家等为耻辱。他貌同劳动，有事共同商量，民主气氛浓厚，尊重集体意见;他们尊老爱幼，尤其对老弱残者给予特殊照顾和尊重。同时，因无嫁娶关系，家庭只有母女、兄弟姐妹关系，没有婆媳、妯娌之类的矛盾，彼此很少发生吵闹、纠纷。老年人都能得到下辈的精心照顾。

在母系家庭中，长期以来形成了一套约定俗成的传统观念和道德规范。即:抚养儿女是母亲及其姊妹兄弟的责任。如不守 \"古规\"，便是没有\"良心\"，会受到社会的批评和谴责，甚至惩罚。

家庭中不论男女，将自己的生母、生母的姐妹，生母兄弟的女阿肖，一概视为\"母亲\"。再以年龄区别大小，年长于生母者称\"阿咪直。年幼于生母者称为\"阿咪吉 \";将生母的兄弟、生母及其姊妹的男阿肖，皆视为\"舅舅\"，统称\"阿乌\"，也有的将后者称\"阿波\"即叔父的。

在生产劳动中，由于过去摩梭人有三分之一的男子当喇嘛，三分之一为土司服役和从事赶马运输，所以农业生产也以女性为主，在摩梭人中，没有排斥女性从事劳作的禁忌和谚语。当你漫步在泸沽湖畔，可见山野之中，摩梭女子在辛勤的劳作，而很少见到男子的身影。妇女当家作主的\"女儿国\"，在这里是名副其实的。

走婚

人类的婚姻家庭形式，经历了漫长的变迁，艰难的选择，从群婚到血缘家庭，再从对偶婚到如今的一夫一妻制。在全人类都普遍实行一夫一妻制配偶的今天，在泸沽湖，却仍然留着古代早期对偶婚特点的\"阿肖\"婚姻形态。

\"阿肖\"是泸沽湖摩梭人中有情爱关系的男女双方的互称，彼此又称\"肖波\"。\"阿肖\"婚姻的显著特点是:亲密的伴侣之间不存在男娶女嫁，男女双方仍然属于自己原有家庭。婚姻形式是男方到女方家走访、住宿，第二天清晨回到自己家中。因为是由男方的\"走\"而实现的婚姻，所以当地人又称这种关系为\"走婚\"。双方所生子女属于女方，采用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养的责任。一个男子或一个女子的\"阿肖\"数目可以是一个或者多个，男女双方的\"阿肖\"关系也不侍定不变的。

这种婚姻关系不受家长、亲族的干预、强迫，也不太注重对方的门第、身份和地位，选择上避开家庭中母系血缘的关系，着重对方的人品、才干、外貌等，在结交阿肖中，女方的意愿受到最大限度的尊重，一般以女方的爱憎来取舍。

**泸沽湖导游词三分钟篇四**

泸沽湖是国家4a级景区，居住在这里的是摩梭人。

摩梭人是中国唯一仍存在的母系氏族社会，实行“男不娶，女不嫁”的“走婚”制度。

泸沽湖四周崇山峻岭，一年有三个月以上的积雪期。

森林资源丰富，山清水秀，空气清新，景色迷人，泸沽湖被当地摩梭人奉为“母亲湖”。

也被人们誉为“蓬莱仙境”。

到达泸沽湖之后，可入住摩梭人家，与他们同吃同住，了解摩梭家庭的习惯风俗;还能去拜访末代摩梭土司王妃;乘船、乘车环游泸沽湖，欣赏泸沽湖的美景;亦可到泸沽湖内的岛上游览;到摩梭村寨去走走，和摩梭人聊天，会让你大有收获。

晚上参加当地的摩梭人篝火晚会，能让人体味到摩梭人的万种风情。

泸沽湖自然造型十分优美，周围山峦环绕，神姿仙态，洲湾堤岛，或隐或现。

湖岸曲折婀娜，逶迤伸展。

无数大大小小冲积而成的片片扇表开阔沙滩，提供了游客休息游玩的天然处所。

湖东南三家村后山上，有一幽谷蜿蜒而下，这里清泉淙淙。

小巧玲珑的“菩萨洞”就幽藏在这条溪谷之中，它是游客养情怡情，避荫纳凉，领略幽谷风光的绝妙境地。

泸沽湖具有浓郁的人文风情和优美的自然风光。

摩梭少女的风姿，独木轻舟的典雅，此起彼伏的渔歌，堪称“湖上三绝”。

各位游客：大家好!

昨天晚上在邛海宾馆休息得好吗?现在是上午七点，用过早餐，整理好我们的行李后请上车。

我们的旅游车已经驶出市区，现正行驶在通向目的地泸沽湖的路上。

我们途经了盐源县，刚才給大家讲了公母山的故事，还有附近木里藏族自治县 在二十年代洛克宗教朝圣路线和抗战时期驼峰飞虎队故事。

好啦，现在是北京时间十二点，经过了5个小时的车程，现在我们已经进入泸沽湖景区了，今天游览行程将会有：先安排用午餐，在下午一点我们出发，先参观喇嘛寺，随后再去游览万亩草海和栈桥，情人桥和乘坐猪槽船游湖，晚上安排住进摩梭民居，为团队提供当地风味餐及品尝摩梭美食，与左所镇湖畔村村民举行篝火歌舞晚会。

现在呢，距我们即将抵达的四川泸沽湖左所镇湖畔村还有十分钟的车程，我将利用这段时间为大家介绍一下泸沽湖的概况。

泸沽湖位于四川省凉山洲西南部与云南省宁蒗县的交界处，距成都830公里，距西昌258公里，是省级的著名风景区。

并素有“东方女儿国”的美称。

泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕。

另外它也是四川的第一大天然淡水湖，湖水面积50.8平方公里，另有万亩草海，水面海拨2688米，被誉为“高原明珠”。

在泸沽湖畔居住着一个古老的民族-----摩梭人，严格来讲，摩梭人不是一个独立的民，它应当属于纳西族的支系，可是偏僻的生活环境使他们在经济生活和文化生活都逐渐形成某些不同于纳西族的特点，因而，人们便习惯地称他们为摩梭人，作为一个单独的民族来看待。

民间传说摩梭人原来是有文字的，记载在猪革制成的“书”上，由2个达巴掌握。

他们在西方取经途中被困在荒郊，饥寒交迫之际，把记载着文字的猪革吃到肚子里去了。

今经人发掘只找到32个图画文字。

所以摩梭人没有文字记载的历史和家谱。

对其族源，至今尚无定论。

从此，摩梭人世世代代就住在这群山阻隔的泸沽湖畔，以农耕和渔猎为主要的生存手段。

他们以母系社会的婚姻家庭繁衍生息，过着与世无争，简朴安宁的“世外桃源”的生活。

摩梭人的社会结构是以母系氏族大家庭为单位，存在着以母亲为核心的传统观念，这里被认为是世界上最后的母系氏族部落，是母系氏族制度的活化石。

在母系家庭中，是男不取女不嫁的，如果生有子女的话，孩子皆属女方，血缘按母系算。

在他们独特的母系家庭中，长期以来形成了一套约定俗成的传统观念和道德规范。

就是：抚养儿女是母亲极其姊妹兄弟的责任，如果有人不守“古规”便会被认为是没有“良心”，会受到社会的谴责，甚至是很严厉的惩罚。

在他们的家庭当中，无论是男女，都将自己的生母，生母的姐妹，生母兄弟的女阿注，一概都视为“母亲”，然后再以年龄区别大小，年长于生母的称为“阿咪直”，年幼于生母的称为“阿咪吉”，将生母的兄弟，生母极其姊妹的男阿注，皆视为“舅舅”，统称“阿乌”。

好啦，我们用过了午餐，刚饱了口福，现在又开始饱眼福了。

在我们前面看到的就是喇嘛寺，我们将停车安排半小时的时间让各位游客参观。

由于我们这个喇嘛寺里面有很多珍贵的文物，所以请大家不要用手去随便触碰。

那么，下车之前请大家把窗户关好，贵重的物品要随身携带，并且请大家记住我们的车牌号码，参观完后我们就在停车的旁边集合，然后前去下一个游览景点---情人桥。

各位游客，现在在你们面前可以看到的一坐木制的桥，横跨草海的两岸，这个桥有个十分浪漫的名字大家知道是什么吗?对了，就是前面我提到过的情人桥了。

据说呢，在这个桥修建之前草海两岸的年轻男女要走婚是非常困难的，由于相隔有草海，草海里面的草常常会把来往的船给给缠上，所以坐船到对岸是相当不方便的，为了让两岸的男女不再受相思之苦，便有了我们现在的这个情人桥了。

说到情人桥，就不能不提到我们泸沽湖所特哟的婚姻习俗了。

相信大家都知道，那就是我们摩梭男女之间的“阿夏走婚制”。

阿夏走婚即“男不娶、女不嫁”的婚姻。

也就是婚后仍各自居住母亲家，晚上男方去女方家过夜，早上便回到自己母亲家，所生子女一律由女方抚养，由于这种婚姻是以男方的“走”来实现的，所以俗称“走婚”，但这绝不是儿戏式的婚姻，首先要以双方的感情为基础，走婚前，男方还要托媒人带礼品去女方家说亲，征得女方家老祖母的同意，方可走婚。

这种婚姻与现代都市婚姻不同，它不受金钱及各种社会关系的限制，只要相爱就可以结合，这是一种让年轻人自由放飞情感的`婚姻。

双方所生的子女属于女方，采用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养的责任。

而且一个男子或一个女子的“阿注”数目可以是一个也可以是多个，男女双方的“阿注”关系也不是固定不变的。

但是和我们有点相同的是：男女之间在选择上也要避开家庭中母系血缘的关系。

在结交阿注的过程中，女方的意愿会受到最大限度的尊重，一般呢都是以女方的爱憎为取舍的。

“阿注”婚的建立是很自由的，那么要解除这种关系也比较的方便。

经过一段时间的相处，双方如果觉得不合，感情淡漠或破裂，任何一方要结束这种关系也很简单，一般情况是：假若男女不愿维持“阿注”的关系，只要给女方说一句“我以后不来了”就行了。

或者长期不走访女方，婚约自动解除。

如果是女方不愿意，就可当面告诉男方“你不要来了”，或者在男方走访时，面带难色或拒绝进入花房男方自讨没趣，就该理智的退出。

大家或许会觉得，在世界众多民族中，不乏有仍处于原始状态的民族，但时志今日均无“走婚”这一特殊的风俗。

而阿注走婚为什么仍存在于泸沽湖摩梭人中间?为什么外界的影响对母系社会的作用如此软弱?为什么摩梭人大多愿意选择走婚而不愿意其他形式的婚姻?对这许许多多的疑问，我只能告诉你们，这至今是一道未解之迷。

说不定你们当中的某位游客在这次游览泸沽湖之后就能够找到答案。

常言道：“精彩有无限，好戏在后头”。

那么就请大家随我一起走进摩梭人的家。

谢谢!

-->[\_TAG\_h3]泸沽湖导游词三分钟篇五

各位游客：

你们好，欢迎你们来到凉山旅游，我是你们的导游。

东方古老神秘的“女儿国”轻启面纱，便征服了来自世界各国的猎奇探胜者。1992年，高原明珠泸沽湖正式开始接待国内外游客，短短几年间，她便以其独特秀美的自然风光名扬天下。

世界各国民间传说中的女儿国，存在至今的，恐怕只有摩梭人这一族了。滇西北高原川滇交界处的云南宁蒗彝族自治县境内有一片美丽的泸沽湖，摩梭人世代生活在泸沽湖畔，他们至今仍保留着“男不婚、女不嫁、结合自愿、离散自由”的母系氏族婚姻制度。 现泸沽湖沿岸居住有摩梭人和彝、汉、纳西、藏、普米、白、壮等7种民族，约1.3万人，其中摩梭人约6000人(四川泸沽湖沿岸摩梭人5000余人)。泸沽湖风景区以其典型的高原湖泊自然风光和独特的摩梭母系民族文化形成了特色突出的自然景观与人文景观，四川省于1993年将泸沽湖列为省级风景名胜区。

泸沽湖区生态环境良好，湖周群山环抱，湖水清澈透明，湖面似一弯新月，恬静秀丽。湖中分布着6个形态各异的岛屿，岛上多为石灰岩，怪石嶙峋，灌木、藤蔓丛生。当地群众敬奉的神山——狮子山耸立在湖边，雄伟壮丽，山上分布着茂密的原始森林。由于景区地旷人稀，交通闭塞，生态环境未受大的破坏，整个景区保持了原始的、粗犷的格调，是藏在深山里的一颗旅游资源明珠。

泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。

泸沽湖的人文景观十分独特而又丰富多彩。它至今仍然保留着古老的“母系”社会，一家之中以“母亲”为首，以“女性”为主，它独特的“走婚”风俗决定了它独特的社会背景。沪沽湖养育的摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。她们在属于自己个人所有的花房里编织少女的梦，实现她的情真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤。她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶;她们按照自己的质朴本性，遵循自己心的指引在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱，在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色。被世人称为“现代的女儿国”。

**泸沽湖导游词三分钟篇六**

东方古老神秘的“女儿国”轻启面纱，便征服了来自世界各国的`猎奇探胜者。1992年，高原明珠泸沽湖正式开始接待国内外游客，短短几年间，她便以其独特秀美的自然风光名扬天下。

世界各国民间传说中的女儿国，存在至今的，恐怕只有摩梭人这一族了。滇西北高原川滇交界处的云南宁蒗彝族自治县境内有一片美丽的泸沽湖，摩梭人世代生活在泸沽湖畔，他们至今仍保留着“男不婚、女不嫁、结合自愿、离散自由”的母系氏族婚姻制度。现泸沽湖沿岸居住有摩梭人和彝、汉、纳西、藏、普米、白、壮等7种民族，约1.3万人，其中摩梭人约6000人（四川泸沽湖沿岸摩梭人5000余人）。泸沽湖风景区以其典型的高原湖泊自然风光和独特的摩梭母系民族文化形成了特色突出的自然景观与人文景观，四川省于1993年将泸沽湖列为省级风景名胜区。

泸沽湖景区位于凉山彝族自治州盐源县西南川、滇两省交界处，距县城约170km，海拔2，700m。景区面积238km2，湖面面积58km2，与云南省共有，其中位于四川境内33km2。整个湖长955km，宽6km，平均水深40m，最深处达73m，属横断山脉中段的大型高原淡水湖泊。

泸沽湖区生态环境良好，湖周群山环抱，湖水清澈透明，湖面似一弯新月，恬静秀丽。湖中分布着6个形态各异的岛屿，岛上多为石灰岩，怪石嶙峋，灌木、藤蔓丛生。当地群众敬奉的神山——狮子山耸立在湖边，雄伟壮丽，山上分布着茂密的原始森林。由于景区地旷人稀，交通闭塞，生态环境未受大的破坏，整个景区保持了原始的、粗犷的格调，是藏在深山里的一颗旅游资源明珠。

泸沽湖地区居住着蒙古、藏、彝、普米、纳西、白等少数民族，民风民俗多样，尤以土著摩梭人至今保存着母系家庭和“走婚”习俗最为独特。

泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。

泸沽湖的人文景观十分独特而又丰富多彩。它至今仍然保留着古老的“母系”社会，一家之中以“母亲”为首，以“女性”为主，它独特的“走婚”风俗决定了它独特的社会背景。沪沽湖养育的摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。她们在属于自己个人所有的花房里编织少女的梦，实现她的情真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤。她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶；她们按照自己的质朴本性，遵循自己心的指引在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱，在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色。被世人称为“现代的女儿国”。

**泸沽湖导游词三分钟篇七**

泸沽湖位于四川省盐源县与云南宁蒗县永宁乡交界处，犹如一块明珠镶嵌在群山怀抱之中，碧波荡漾，风光迷人，有“高原明珠”、“滇西北的一片净土”、“东方第一奇景”等美称。它将自然景观和人文景观融为一体，尤其是以摩梭族独特的文化和民族风俗使其具有独特而丰富的内涵，在全国乃至全球都是不可替代的世界文化遗产。那醉人湖光山色，古老原始而又神秘的的民族风情，原始的宗教文化，如痴如醉的歌舞之乡，是旅游者的天堂。

被摩梭人称为“母亲湖”的泸沽湖，是泸沽湖风景名胜区重要的组成部分，湖的水域面积达50平方公里，海拨2688米，平均水深45米，最深处90余米，透明度高达11米。湖周青山环绕、森林茂密、古树参天、流水潺潺。湖内碧波荡漾、四季清澈、藻花点缀其间。湖中六岛，亭亭玉立、林木葱郁。明代诗人胡墩赋诗云“泸湖秋水间，隐隐浸芙蓉。并峙波间鼎，连排海上峰。应识仙源近，乘搓访赤松。”

泸沽湖随四季的变化各具特色。阳春三月，周围桃树梨花，万话胜开，争妍斗艳，湛兰色的湖水，明净如镜，青松绿树，连峰映湖中，全然一副世外桃源的景象；炎热的夏天，湖水碧绿，波光粼粼，雨后烟雾缭绕，周围黛色丛林中，间杂着盛开的红白杜鹃花，景色宜人，凉爽无比，好一个避暑胜地；金色的秋天，大地一片黄橙橙，金黄色的秋业，点缀着周围的青山，湖水碧蓝，波光闪烁，彩霞飞渡，高空雁鸣；寒冬时节，翠色苍茫，一日当中，水色多变。泸沽湖因为她那天然、奇妙、幽静的风光，成为人间难得的仙景和旅游胜地，同时又因为、冬暖夏凉，景色宜人，堪称避暑、疗养佳地。

泸沽湖的人文景观十分独特而又丰富多彩。它至今仍然保留着古老的“母系”社会，一家之中以“母亲”为首，以“女性”为主，它独特的“走婚”风俗决定了它独特的社会背景。沪沽湖养育的.摩梭女儿，个个美丽健壮、勤劳善良、情深似海。她们在属于自己个人所有的花房里编织少女的梦，实现她的情真意挚的爱。她们没有古圣先贤留下的清规戒律，没有孤寂、失落的烦恼、忧伤。她们不奢求不属于自己的一切，她们不会做金钱、物质和权力的奴隶；她们按照自己的质朴本性，遵循自己心的指引在这块神奇的土地上无忧无虑地劳动、生活、恋爱，在母亲湖的山光水色中最大限度地展示自己纯朴的本色。被世人称为“现代的女儿国”。

**泸沽湖导游词三分钟篇八**

各位游客：大家好！

昨天晚上在邛海宾馆休息得好吗？现在是上午七点，用过早餐，整理好我们的行李后请上车。我们的旅游车已经驶出市区，现正行驶在通向目的地泸沽湖的路上。我们途经了盐源县，刚才给大家讲了公母山的故事，还有附近木里藏族自治县在二十年代洛克宗教朝圣路线和抗战时期驼峰飞虎队故事。

好啦，现在是北京时间十二点，经过了5个小时的车程，现在我们已经进入泸沽湖景区了，今天游览行程将会有：先安排用午餐，在下午一点我们出发，先参观喇嘛寺，随后再去游览万亩草海和栈桥，情人桥和乘坐猪槽船游湖，晚上安排住进摩梭民居，为团队提供当地风味餐及品尝摩梭美食，与左所镇湖畔村村民举行篝火歌舞晚会。

现在呢，距我们即将抵达的四川泸沽湖左所镇湖畔村还有十分钟的车程，我将利用这段时间为大家介绍一下泸沽湖的概况。

泸沽湖位于四川省凉山洲西南部与云南省宁蒗县的交界处，距成都830公里，距西昌258公里，是省级的著名风景区。并素有“东方女儿国”的美称。泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕。另外它也是四川的第一大天然淡水湖，湖水面积50。8平方公里，另有万亩草海，水面海拨2688米，被誉为“高原明珠”。

**泸沽湖导游词三分钟篇九**

泸沽湖是国家4a级景区，居住在这里的是摩梭人。摩梭人是中国唯一仍存在的母系氏族社会，实行\"男不娶，女不嫁\"的\"走婚\"制度。

泸沽湖四周崇山峻岭，一年有三个月以上的\'积雪期。森林资源丰富，山清水秀，空气清新，景色迷人，泸沽湖被当地摩梭人奉为\"母亲湖\"。也被人们誉为\"蓬莱仙境\"。

到达泸沽湖之后，可入住摩梭人家，与他们同吃同住，了解摩梭家庭的习惯风俗;还能去拜访末代摩梭土司王妃;乘船、乘车环游泸沽湖，欣赏泸沽湖的美景;亦可到泸沽湖内的岛上游览;到摩梭村寨去走走，和摩梭人聊天，会让你大有收获。晚上参加当地的摩梭人篝火晚会，能让人体味到摩梭人的万种风情。

泸沽湖自然造型十分优美，周围山峦环绕，神姿仙态，洲湾堤岛，或隐或现。湖岸曲折婀娜，逶迤伸展。无数大大小小冲积而成的片片扇表开阔沙滩，提供了游客休息游玩的天然处所。湖东南三家村后山上，有一幽谷蜿蜒而下，这里清泉淙淙。小巧玲珑的\"菩萨洞\"就幽藏在这条溪谷之中，它是游客养情怡情，避荫纳凉，领略幽谷风光的绝妙境地。泸沽湖具有浓郁的人文风情和优美的自然风光。摩梭少女的风姿，独木轻舟的典雅，此起彼伏的渔歌，堪称\"湖上三绝\"。

**泸沽湖导游词三分钟篇十**

各位游客朋友们，大家好，远道而来，一路辛苦了!

我们从西昌市出发，到泸沽湖景区大约需要4个小时，现在我们的旅游车已经开始出发，利用行车的这段时间，我先为大家简单介绍一下泸沽湖的基本情况。泸沽湖位于四川省盐源县的左所和云南省宁蒗彝族自治县的永宁交界的群山之中，是一座非常美丽的高山湖泊。湖区居民主要是摩梭人。过去有一种说法，认为他们是纳西族的一支，另有一种说法，说他们是蒙古族，但是摩梭人则认为自己就是摩梭族。摩梭人世世代代就住在这群山阻隔的泸沽湖畔，以农耕和渔猎为主要生存手段，以母系社会的婚姻家庭繁衍生息，和平友爱，与世无争，过着简朴安宁的“世外桃源”式的生活。

旅游业发展以来，这个有“东方女儿国”之称的泸沽湖声名远播，探访、旅游的人们接踵而来，泸沽湖秀丽的原始美景，摩梭人纯朴友爱的习俗，总是令这些饱经现代文明薰陶的.游客们羡慕不已。

下面我为大家介绍一下摩梭人的独特风俗。摩梭人是纳西族的一个分支，他们世代居住在泸沽湖畔，至今仍是母系氏族，就是以母亲的血缘关系建立家庭，户主都是女性，所以在他们看来中国古代“夫为妻纲”的传统思想也许有点可笑了。摩梭人的婚姻制度是一种独特的“走婚”制，恋爱中的男女不组成家庭，婚姻的形式是晚上男方到女方家走访、住宿，第二天清晨返回母亲家参加劳作。婚姻是以男方的“走”来实现的，所以叫做“走婚”又叫做“阿夏”婚或“阿注”婚。走婚的基础是两情相悦，双方的子女属于女方，用母亲的姓氏，男方一般不承担抚养责任。有的男性游客们开始羡慕了，先不要羡慕的太早，虽然他们不承担自己孩子的抚养责任，但是他却要抚养自己姐妹的孩子。所以有一句话这样说：天上的玉皇大帝，地上的摩梭舅舅。阿夏关系的建立和解除都比较自由，女方的意愿能得到最大的尊重。

现在就请大家带好随身物品随我一同下车参观游览!

文档为doc格式

-->

-->[\_TAG\_h3]泸沽湖导游词三分钟篇十一

泸沽湖是国家4a级景区，居住在这里的是摩梭人。摩梭人是中国唯一仍存在的母系氏族社会，实行“男不娶，女不嫁”的“走婚”制度。

泸沽湖四周崇山峻岭，一年有三个月以上的积雪期。森林资源丰富，山清水秀，空气清新，景色迷人，泸沽湖被当地摩梭人奉为“母亲湖”。也被人们誉为“蓬莱仙境”。

到达泸沽湖之后，可入住摩梭人家，与他们同吃同住，了解摩梭家庭的习惯风俗；还能去拜访末代摩梭土司王妃；乘船、乘车环游泸沽湖，欣赏泸沽湖的美景；亦可到泸沽湖内的岛上游览；到摩梭村寨去走走，和摩梭人聊天，会让你大有收获。晚上参加当地的摩梭人篝火晚会，能让人体味到摩梭人的万种风情。

泸沽湖自然造型十分优美，周围山峦环绕，神姿仙态，洲湾堤岛，或隐或现。湖岸曲折婀娜，逶迤伸展。无数大大小小冲积而成的片片扇表开阔沙滩，提供了游客休息游玩的`天然处所。湖东南三家村后山上，有一幽谷蜿蜒而下，这里清泉淙淙。小巧玲珑的“菩萨洞”就幽藏在这条溪谷之中，它是游客养情怡情，避荫纳凉，领略幽谷风光的绝妙境地。泸沽湖具有浓郁的人文风情和优美的自然风光。摩梭少女的风姿，独木轻舟的典雅，此起彼伏的渔歌，堪称“湖上三绝”。

**泸沽湖导游词三分钟篇十二**

各位游客：

大家好！

昨天晚上在邛海宾馆休息得好吗？现在是上午七点，用过早餐，整理好我们的行李后请上车。我们的旅游车已经驶出市区，现正行驶在通向目的地泸沽湖的路上。我们途经了盐源县，刚才给大家讲了公母山的故事，还有附近木里藏族自治县在二十年代洛克宗教朝圣路线和抗战时期驼峰飞虎队故事。

好啦，现在是北京时间十二点，经过了5个小时的车程，现在我们已经进入泸沽湖景区了，今天游览行程将会有：先安排用午餐，在下午一点我们出发，先参观喇嘛寺，随后再去游览万亩草海和栈桥，情人桥和乘坐猪槽船游湖，晚上安排住进摩梭民居，为团队提供当地风味餐及品尝摩梭美食，与左所镇湖畔村村民举行篝火歌舞晚会。

现在呢，距我们即将抵达的四川泸沽湖左所镇湖畔村还有十分钟的车程，我将利用这段时间为大家介绍一下泸沽湖的概况。

泸沽湖位于四川省凉山洲西南部与云南省宁蒗县的交界处，距成都830公里，距西昌258公里，是省级的著名风景区。并素有“东方女儿国”的美称。泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕。另外它也是四川的第一大天然淡水湖，湖水面积50。8平方公里，另有万亩草海，水面海拨2688米，被誉为“高原明珠”。

**泸沽湖导游词三分钟篇十三**

泸沽湖位于云南与四川边界，海拔2685米，是云南省最高的湖泊，风光旖旎，民风质朴，有“高原明珠”之称。下面是本站小编为大家整理的云南泸沽湖

导游词

，欢迎参考!

距宁蒗县城72公里的云南泸沽湖像一颗晶莹的宝石，镶嵌在滇西北高原的万山丛中。

在美妙绝伦的湖光山色之间，生活着国内外罕见的延续着母系氏族特点的摩梭人，那独特的“阿夏”婚姻、自然而原始的民俗风情，为这片古老的土地染上了一层神秘而美丽的色彩，被称为神奇的东方女儿国。

女儿国风情万千，一是因湖畔世代居住的摩梭人， 至今仍保留着原始母系社会的大家庭制和男不娶女不嫁的“阿夏婚”习俗;二是摩梭人“崇母尊女”的文化传统似乎还影响了泸沽湖的山水，秀美和缥缈成为这里特点，走入这条线宛似走入一个纯美的女神领地。

女儿国风情线可分为两个景区：

第一个景区是泸沽湖及湖周边的摩梭村落。一可看湖，二可看木楞子房和四合院，三可乘猪槽船游湖岛，四能在风情路上领略摩梭风情，五还可了解神秘的阿夏婚。湖西岸美丽的落水村，因交通便捷和湖畔理想的位置，成为这个景区的代表性景点。

第二个景区是北距落水村20公里的永宁。这有著名的扎美寺和永宁温泉，在这可看摩梭人的藏传佛教艺术及悠远的文化，还可了解历史上的摩梭民风。

泸沽湖位于云南与四川边界，海拔2685米，是云南省最高的湖泊，风光旖旎，民风质朴，有“高原明珠”之称。云南一侧湖畔居住的摩梭人奉行“男不娶女不嫁”的走婚制度，所以泸沽湖又被称为“东方女儿国”。

亮点概述

泸沽湖四周青山环抱，湖岸曲折婀娜，沿湖共有17个沙滩、14个海湾;湖中散布5个岛、3个半岛、1个海堤连岛。其中，黑瓦吾岛、里务比岛和里格岛，是湖中最具观赏和游览价值的三个景点，被称为“泸沽三岛”。沿湖也有很多村庄，其中较繁华可以提供饮食住宿的主要有大洛水村和里格村。大洛水位于泸沽湖西南岸，是泸沽湖畔最早开发的村庄，丽江往返的班车就停在这里。里格岛和里格村位于湖的西北岸，是近几年最热门的旅游集散地。湖北岸有尼塞村、小洛水和大嘴村，因游客较少也更为宁静。再往东就进入四川省境内，湖东南岸的草海、王妃故居也值得驻足。

玩法介绍

环湖是感受泸沽湖魅力的最佳方式。不管是单车、乘车甚至徒步，沿途的湖光山色和质朴的摩梭村庄能让你频频驻足。最为繁华的大洛水村，有摩梭民俗博物馆，在这里你可以迅速恶补一下摩梭文化和民俗。大洛水到里格村只有8公里路程。里格村北的山坡上有一处观景台，这里是俯瞰和拍摄里格岛的绝佳位置。继续前行，不远处的尼塞村有登上格姆女神山的缆车，山上的格姆女神洞据说求子非常灵验。泸沽湖名人——杨二车娜姆的艺术博物馆兼客栈就在尼塞村的下一站：小洛水村。这里也是云南跟四川的交界。

继续往前经大嘴村、木夸、女神湾，可一直走到草海，走走横跨在草海上的走婚桥，脑补一下当年摩梭男女走婚的情景，也是一个不错的体验。之后可从博瓦湾附近乘猪槽船返回大洛水。

餐饮住宿

丽江乘车到里格村，需要7小时，所以游玩泸沽湖，至少要在湖畔住宿一夜，建议选择里格岛。岛上有众多客栈和餐馆，晚上喝喝摩梭人的咣当酒或者苏哩玛酒，吃吃湖中的小银鱼、摩梭人自制的烤乳猪和猪膘肉，找一间临湖的客栈住下，伴着和缓的涛声进入梦乡。白天时候，你可以邀上船夫，划着当地特有的猪槽船，去湖中的岛上游玩。洛水村和里格村湖畔都有游船码头，所有的游船都是景区统筹管理，去往湖中各岛都是明码标价，不必担心被宰。游湖之余，也可以买些日用品，走入当地摩梭人家，体验摩梭人的淳朴和热情。去摩梭人家家访，无固定价格，可通过司机导游或客栈老板代为联系。

泸沽湖位于云南宁蒗县与四川盐源县之间的崇山峻岭中，距宁蒗县城 69 公里。湖面积 52 平方公里，平均水深 45 米，最深处达 93 米。湖水清碧，最大能见度为 12 米。湖水向东流人雅砻江、金沙江，属长江水系。整个湖泊，状若马蹄，南北长而东西窄，形如曲颈葫芦，故名泸沽湖。 扯挎山丫口立着一个横跨公路的彩门，彩门以下约200米的路段是观赏泸沽湖全景的最佳地点。在这里，你可以清楚地看到泸沽湖美丽的曲线轮廊，翠青的吐布半岛散在蓝玻璃镜面般的湖面上，格姆女神山(狮子山)在湖北岸姿容端庄。如果恰是春天，你的镜头下缘还是串串簇簇的红色山花。

泸沽湖美丽的身形像一个马蹄印，相传这是格姆女神和她的“阿夏”瓦如卡那男神相会那晚，因缠绵沉醉，男神跨上神马刚准备离去时天就亮了，天亮后他再不能回去了，神马被缰绳一紧而踏下一个深深的马蹄窝，马背上的男神化成了东边回头望的瓦如卡那山，女神伤心的眼泪注满了马蹄窝，她自己化成了格姆山。 这是一个被爱情的眼泪注满的湖泊。你看懂它马蹄印形的故事后，再走湖畔的摩梭村寨，就准备好了一个畅游“女儿国”的美丽心情。

泸沽湖素有“高原明珠”之称。湖中各岛婷婷玉立，形态各异，林木葱郁，翠绿如画，身临其间，水天一色，清澈如镜，藻花点缀其间，缓缓滑行于碧波之上的猪槽船和徐徐飘浮干水天之间的靡梭民歌，使其更增添几分古朴、几分宁静，是一个远离嚣市，未被污染的处女湖。 20xx年11月，泸沽湖景区被国家旅游景区a评委专家评定为aaaa级风景名胜区，泸沽湖门票为100元。

泸沽湖位于川滇交界外的四川省盐源县泸沽湖镇，距西昌市258公里，宛如一颗洁白无瑕的巨大珍珠镶嵌在祖国的西南部。她那如诗如画的旖旎风光，亘古独存的母系氏族遗风民俗，基督教中的“诺亚方舟”，喇嘛教的朝钟暮鼓，是那样的惹人瞩目，使众多游客的目光投向这块神秘的土地泸沽湖，当地人称“谢纳咪”，意为大海、母湖，从高处鸟瞰，如一只展翅的飞燕也是四川的第一大天然淡水湖，被誉为“高原明珠”。湖的西北面，雄伟壮丽的格姆山巍然矗立，这即是摩梭人人为之崇拜而人格化的格姆女神。湖的东南南，与草海连接，这里牧草丰盛，牛羊肥美，浅海处茂密的芦苇随风荡漾，蔟蔟的花草迎风招展，每到冬季，天鹅、黑颈鹤等珍稀候鸟数以万计栖息于此，平添一种生气，一种景致。湖周，在那茂密的原始森林里，豹、獐、鹿、岩羊、小熊猫、短尾猴、斑羚羊等珍稀动物出没其间，给人几分畏惧，几分野趣。湖畔，阡陌纵横，田园万顷，日出而作，日落而息，木摞房舍，炊烟袅袅，牧歌陈陈，渔火点点，阿哥阿妹，结伴相随，好一派景象万千的农家农园，令游人魂不守舍。

泸沽湖畔居住的纳西族摩梭人，婚姻独特，风俗独特，家家之主，皆为女性，其家庭成员血缘，均为母系血统。如家庭成员中，祖辈只有外祖母及其兄弟姐妹，母辈只有母亲，舅舅和姨母。阿肖婚的子女则称走婚父亲为“阿波”或“阿达”。

在这里，一切都是那么神奇，那么古朴，无论是成丁礼、阿夏婚、母系家庭、丧葬，都是绝无仅有的。每个礼仪，每种风俗，都是一个个优美动人的故事，一支支优扬动听的牧歌，无不充满几分神秘，几分浪漫，几分诗情，几分画意，从而给人以遐想与思忆。 泸沽湖山美水美人更美，除奇特的婚姻和风俗外，泸沽湖畔姑娘小伙那一身独特的服饰更是令人瞩目。泸沽湖即是女儿国，又是歌舞的王国，一经踏上这片热土，游人无不为那远远近近、悠悠扬扬的“阿哈巴拉”所动容，无不为那如巨龙滚动的甲搓所诱惑。看吧，那远方漂来的猪槽船，载着阿妹，向您招手，向您放喉：“呵，朋友，来了就莫走，阿妹陪您到月落西山头”。 在泸沽湖这块肥沃的土地上，人们的饮食文化也浓浓地染上了自然、古朴的特点。时至今日，纳日人的饮食无论主食还是副食，仍是以山间泉水、芳草、果仁、五谷杂粮作佐料，人工自酿、自腌、自烤、自煮后置于坛里，放于火上、锅里而后数日、数月直至数年才开启供已食用，供远方来客品尝，这就是泸沽湖有名的猪膘肉、苏里玛酒、酸鱼、烤鱼干、牛头饭、猪肠血米等。这些美食佳肴，令您目不暇接，回味无穷。

-->

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com